Les jumeaux adultes

La relation fraternelle entre les jumeaux est différente de celle des enfants nés uniques. Elle apparaît toutefois bien moins conditionnée par les données génétiques que par l'influence de l'environnement dans lequel ils évoluent, dont au premier titre le lien mère/enfant. Par ailleurs, le lien gémellaire est très dépendant de la qualité de l'éducation reçue au début de la petite enfance.

Christiane Charlemaine *

La relation fraternelle chez les jumeaux est différente de celle des enfants nés uniques. Les jumeaux sont habitués à partager. Ils sont moins effrayés ou inhibés que les enfants nés uniques parce qu'ils sont accoutumés à un processus suivi de concessions mutuelles, de partage des pensées et des sentiments, lequel aboutit à une réelle intimité.

Très tôt dans leurs vies, la plupart des jumeaux commencent à souffrir de limitations de la personnalité qui se développent à partir du manque d'expériences de séparations.[1] L'important, c'est la manière dont les parents et autres membres de la famille et les jumeaux eux-mêmes s'adaptent à la situation. Cet article explore les racines profondes de l'intimité que les jumeaux partagent dès le plus jeune âge et leur retentissement sur leur devenir à l'âge adulte.

LE LIEN FRATERNEL À TRAVERS LES JUMEAUX

Il existe une variété de descriptions théoriques de ce que constitue le lien gémellaire. Les psychologues savent que le lien entre les jumeaux commence *in utero* et se développe, consciemment ou inconsciemment, tout au long de leur vie.[2-5] Le lien gémellaire est souvent accompagné d'un sens intensifié de sensibilité émotionnelle et d'une perception exceptionnelle.[6] Le fondement de l'existence du lien entre les jumeaux identiques est la similarité de leur patrimoine génétique, environnemental et parental. Les jumeaux fraternels partagent aussi ce lien durant toute leur vie, ce qui sous-entend que l'environnement et le style d'éducation sont déterminants.

Une façon différente de percevoir le lien entre les jumeaux est de le décrire comme une dépendance mutuelle : « *La réaction gémellaire consiste à une inter-identification mutuelle et une partie de la fusion de la représentation du moi et de la représentation de l'objet d'un autre membre de la paire.* »[7] Certains psychanalystes pensent que le processus gémellaire implique le sentiment psychologique d'être une partie de l'autre personne. Les chercheurs ont décrit le langage des jumeaux, tel que l'utilisation du « nous » pour « moi », comme un exemple d'identités partiellement fusionnées.[2, 5] Le sentiment d'appartenir l'un à l'autre est une façon simple mais efficace de décrire le lien gémellaire. D'autres chercheurs ont suggéré que le lien gémellaire affecte le développement de la personnalité de l'adulte.[8]

CE QUI EST NOUVEAU

- L'environnement modifie les données liées au patrimoine génétique.
- La relation mère/jumeau influence fortement le devenir de l'enfant.
- L'interaction parent/enfant est fondamentale à la croissance et au développement de la personnalité.
- Les recherches sur le développement gémellaire mettent en évidence le fait que l'aspect le plus important de l'environnement est le lien mère/enfant.

** Inserm U 669, hôpital Necker-Enfants malades, 75743 Paris Cedex 15 ; Southern University at New Orleans, department of psychology, 6400 Press Drive, New Orleans, Louisiana 70126. Courriel : ccharlemaine@earthlink.net*

Devenir adulte pour un jumeau varie beaucoup : certains jumeaux refusent de se conformer aux standards sociaux et psychologiques du monde des non-jumeaux ; d'autres souffrent et s'isolent dans les situations de séparations avec le cojumeau ; bon nombre de jumeaux parlent de leur gémellité en tant que support émotionnel et de bien-être difficile à atteindre même dans la relation adulte la plus intime.[4] Les jumeaux qui ont été traités comme l'opposé de l'autre ont établi des règles et des rôles pour qui faisait quoi pour qui, mais ils ont de sérieux problèmes de dépendance et d'image de soi.[2,3]

INFLUENCE DU PATRIMOINE GÉNÉTIQUE ET DE L'ENVIRONNEMENT

Le poids de la génétique ou celui de l'environnement ?

Plusieurs auteurs ont suggéré que sur les aspects mesurables de la personnalité, tels que l'intelligence, l'introversion ou la sociabilité, les jumeaux identiques sont plus similaires que les jumeaux fraternels ou les frères et sœurs nés uniques.[9]

L'environnement modifie les données liées au patrimoine génétique. En effet, il est bien montré que l'environnement et, plus particulièrement, la relation mère/jumeaux influencent fortement le devenir des jumeaux.[4] La controverse génétique/environnement a pris une forme nouvelle avec l'accent mis récemment sur les différences entre jumeaux[10] et sur l'importance de l'interaction parent/enfant définie comme fondamentale à la croissance et au développement de la personnalité.[4]

Interaction mère/enfant : le déterminant crucial du premier développement

Les études sur le développement gémellaire mettent en évidence le fait que l'aspect le plus important de l'environnement est le lien mère/enfant. Le statut socio-économique, les soins médicaux et l'éducation ne peuvent en aucun cas combler les déficiences ou les dommages causés par une éducation parentale inadéquate ou terriblement limitée.[4]

L'environnement prévaut

Une étude apporte des résultats intéressants qui clarifient l'importance de l'environnement, particulièrement de l'éducation d'enfants jumeaux.[4] Elle montre que :
– dans la petite enfance et l'enfance, le fait que les jumeaux soient passés par les mêmes étapes développementales et aient partagé la même mère était plus crucial à leur développement que leur patrimoine génétique ;
– le lien émotionnel et cognitif entre les jumeaux pendant l'enfance, l'adolescence et souvent chez le jeune adulte créait une suridentification avec le frère jumeau ou la sœur jumelle ; cette suridentification semblait être plus cruciale que le patrimoine génétique ;
– la recherche de l'adulte d'une relation proche avec les autres personnes était évidente et plus incontestable que le patrimoine génétique dans le développement de la personnalité ;
– les aspects génétiques de l'identité gémellaire se révélaient importants dans le cas des maladies telles que le cancer ou les troubles cardiaques diagnostiqués chez un des jumeaux dans la paire ;
– dans une paire de jumeaux, l'existence d'un jumeau homosexuel et l'autre hétérosexuel montrait les limites de la génétique par rapport à l'influence de l'apport environnemental sur les différences sexuelles.

Pour conclure, aucun des jumeaux de cette étude[4] n'a perçu son patrimoine génétique comme un déterminant crucial de son sens du moi. Tous ces jumeaux étaient conscients de leur gémellité tant dans leurs similarités que dans leurs différences. Pour les participants, la question génétique était théorique.

LES TYPES DE GÉMELLITÉ

Le type de gémellité ou le type de lien gémellaire que les jumeaux partagent sont déterminés par la qualité de l'éducation qu'ils reçoivent au tout début de leur petite enfance.[2,3,9] Le lien gémellaire est une relation primaire qui évolue comme une relation complémentaire à côté du développement de l'attachement mère/enfant. Tous les participants de deux études de jumeaux identiques (monozygotes) et fraternels (dizygotes) ont été capables de décrire un attachement primaire entre eux et leur jumeau qui était au moins aussi significatif ou plus significatif que l'attachement mère/enfant.[4,9]

Quatre types de gémellité ont été décrits : unicité identitaire, identité interdépendante, identité divisée et identité individuelle (*v.* tableau).[4]

Des vies entremêlées – unicité identitaire : les jumeaux identiques qui ont partagé un lien gémellaire d'unicité identitaire sont très proches l'un de l'autre pour des causes multiples. En réfléchissant au sens du lien avec son frère, un jumeau dit : « *Le lien est une force très puissante dans ma vie. Il nous a influencés dans des directions que nous ne comprenons pas mais qui servent à ce que nous ne nous sentions jamais totalement seuls au monde.* » Son jumeau ajoute : « *L'attachement entre nous est inévitable, faisant nos vies étroitement liées. Il est plus grand que nous deux et ne peut pas être surmonté.* »

Une foi aveugle – identité interdépendante : les jumeaux identiques et fraternels qui partagent un attachement interdépendant s'acceptent totalement l'un l'autre. Ils comprennent leurs limitations ou leurs différences sans critique. Ce lien interdépendant englobe tout.

Le sort de la gémellité – identité divisée : les jumeaux identiques et fraternels qui partagent un lien gémellaire à identité divisée sont l'un et l'autre fortement ambivalents. Ils ont des sentiments confus, et des conflits dramatiques

entre ces jumeaux aux pôles opposés surviennent pour des désaccords les plus mineurs et se transforment en grandes batailles. La séparation des jumeaux à identité divisée est impérative et inévitable. Les jumeaux qui ont été divisés en bons et mauvais ne voient pas leur relation de la même façon.

Des amis en qui on a confiance – identité individuelle : les jumeaux identiques et fraternels, y compris les paires fille/garçon, qui ont été traités comme des individus par leurs parents, développent un sens indépendant et distinct du moi. Adultes, ils sont attachés à l'autre tout en n'étant pas dépendants de leur jumeau.

MALADIES ET JUMEAUX

Les jumeaux identiques sont plus similaires que les jumeaux fraternels ou les frères et sœurs nés uniques quand apparaît une prédisposition au processus de la maladie. Si un cancer, une maladie du cœur, ou une maladie mentale telle que la schizophrénie, le trouble bipolaire, la dépression, ou le trouble panique est diagnostiqué chez un jumeau identique, l'autre jumeau identique souffre probablement beaucoup plus de ces maladies que le frère ou la sœur né(e) unique ou le jumeau fraternel.[10] De plus, il apparaît que les jumeaux ont une incidence de problèmes de santé mentale plus élevée que les non-jumeaux. Les jumeaux sont malheureusement à haut risque pour les problèmes émotionnels. Ceux qui ont été sérieusement délaissés ou maltraités et qui n'ont pas été élevés par leurs parents comme des individus distincts peuvent souffrir de désordres mentaux en rapport à la dépression pouvant mener au suicide.[11]

PROBLÈMES COMMUNS CHEZ LES JUMEAUX ADULTES

Mort d'un jumeau : les jumeaux, qu'ils soient identiques ou fraternels, sont profondément affectés par la perte de leur cojumeau, ce qui suggère que les jumeaux fraternels sont aussi proches que les jumeaux identiques.[4]

Nostalgie de la relation gémellaire : les jumeaux ont souvent la nostalgie de l'intimité d'une relation gémellaire

Caractéristiques de la personnalité selon chaque type gémellaire

TYPES DE GÉMELLITÉ	ÉDUCATION REÇUE	CARACTÉRISTIQUES DE LA PERSONNALITÉ	RELATION ADULTE
Unicité identitaire	Éducation très minime parents maltraitants	Dépendance extrême entre les jumeaux Manque de relations profondes en dehors de la gémellité Séparation et individualisation jamais atteintes	Profonde Proximité inévitable Entremêlée
Identité interdépendante	Éducation limitée, parents maltraitants, hostiles ou indifférents	Relation dépendante entre les jumeaux Confiance gémellaire par-dessus toutes autres relations	S'accepter avec une foi aveugle Besoin de partager les pensées les sentiments et les relations
Identité divisée	Les parents établissent des différences entre les jumeaux	Relations entre le jumeau extrêmement conflictuelles Honteux d'être un jumeau Établissent avec prudence des relations de confiance avec les autres Gardent leur étiquette de «mauvais» ou «bon» jumeau à l'âge adulte	Conflits intenses dramatiques Soulagés d'être séparés Relation brouillée éloignée
Identité individuelle	Les parents répondent aux véritables différences entre les jumeaux Accentuation sur l'individualité Respect du lien gémellaire	Attachement profond et passionné au jumeau Forment des relations intenses en dehors de la gémellité Le jumeau est le meilleur ami en qui on a confiance	Confiance réaliste l'un pour l'autre Souci profond pour le bien-être de l'un, l'autre

Tableau

POUR LA PRATIQUE

- La connaissance du type de gémellité ou du lien gémellaire est déterminante.
- Quatre types de gémellité ont été décrits :
  - l'unicité identitaire : dépendance extrême entre les jumeaux ; manque de relations profondes en dehors de la gémellité ; séparation et individuation jamais atteintes ;
  - l'identité interdépendante : relation dépendante entre les jumeaux, confiance gémellaire par-dessus toute autre relation ;
  - l'identité divisée : relations avec le jumeau extrêmement conflictuelles ; honteux d'être un jumeau ; établissent avec prudence des relations de confiance avec les autres ; gardent leur étiquette de « mauvais » ou de « bon » jumeau à l'âge adulte ;
  - l'identité individuelle : attachement profond et passionné au jumeau ; forment des relations intenses en dehors de la gémellité ; le jumeau est le meilleur ami en qui on a confiance.

quand ils sont adultes et séparés de leur sœur ou frère. Ils recherchent une relation intense avec les autres.

Incapacité de former des relations réciproques avec les autres à l'âge adulte : beaucoup de jumeaux sont d'accord avec cette déclaration d'une jumelle qui est psychologue. « *J'ai des attentes cachées que les autres me comprendront.* » Graduellement, les problèmes de donner et prendre aux nouveaux venus deviennent moins intenses, mais la vulnérabilité de se sentir incompris par les autres reste un problème toute la vie.

Être un jumeau dans un monde de non-jumeaux : les jumeaux apprennent petit à petit comment s'adapter et vivre dans un monde de non-jumeaux. Après être séparés, les jumeaux peuvent se reconnecter avec un sens étonnant d'unité que les non-jumeaux ne peuvent pas comprendre.

Les jumeaux veulent recréer leur gémellité avec les autres : souvent les adultes jumeaux veulent développer un attachement qui reproduit ou remplace la relation gémellaire de leur enfance. Que ce désir soit conscient ou inconscient, les jumeaux adultes cherchent à former une relation intense avec les autres.

CONCLUSION

La relation fraternelle chez les jumeaux est différente de celle des enfants nés uniques. Le lien gémellaire commence *in utero* et se développe, consciemment ou inconsciemment, tout au long de la vie. Il est important de retenir que le devenir adulte pour un jumeau varie beaucoup selon le type de lien gémellaire. Il est bien montré maintenant que l'environnement et, plus particulièrement, la relation mère/jumeaux influence fortement le devenir des jumeaux. La controverse génétique/environnement a pris une nouvelle forme avec l'accent mis sur les différences entre jumeaux et sur l'importance de l'interaction parent/enfant qui est fondamentale à la croissance et au développement de la personnalité. ■

L'auteur déclare ne pas avoir de conflit d'intérêts concernant les données publiées dans cet article.

SUMMARY Adult twins

This paper explores the deep roots of closeness that twins share in their youngest age and their effect on their destiny at the adult age. Psychologists believe the bond between twins begins in utero and develops throughout the twins'lives. The four patterns of twinship described show that the twin bond is determined by the quality of parenting that twins receive in their infancy and early childhood. Common problems of adult twins bring about difficulties to adapt in a non-twin world. The nature versus nurture controversy has taken on new life focusing on inter-twin differences and the importance of parent-child interaction as fundamental to the growth and development of personality.

Rev Prat 2006 ; 56 : 2261-4

RÉSUMÉ Les jumeaux adultes

Cet article explore les racines profondes de l'intimité que les jumeaux partagent dès le plus jeune âge et leur retentissement sur leur devenir à l'âge adulte. Les psychologues savent que le lien entre les jumeaux commence in utero et se développe tout au long de leur vie. Les quatre types de gémellité décrits montrent que le lien gémellaire est déterminé par la qualité de l'éducation que les jumeaux reçoivent au tout début de leur petite enfance. À l'âge adulte, les jumeaux partagent des problèmes communs qui entraînent une adaptation difficile dans le monde des non-jumeaux. La controverse génétique contre environnement a pris une nouvelle forme avec l'accent mis sur les différences entre jumeaux et sur l'importance de l'interaction parent/enfant comme fondamentale à la croissance et au développement de la personnalité.

RÉFÉRENCES

1. **Ainslie R.** Psychology of twinship. Northvale (New Jersey): Jason Aronson, 1997.
2. **Charlemaine C.** La vie secrète des jumeaux avant la naissance. In: Pons JC, Charlemaine C, Papiernik E (eds). Le Guide des jumeaux. Paris : Éditions Odile Jacob, 2006; 80-3.
3. **Charlemaine C.** L'enfance des jumeaux. In: Pons JC, Charlemaine C, Papiernik E (eds), Le Guide des jumeaux. Paris : Éditions Odile Jacob, 2006 ; 179-200.
4. **Klein, BS.** Not all twins are alike. Psychological profiles of twinship. Praeger Publishers, 2003.
5. **Zazzo R.** Les jumeaux, le couple et la personne. Paris: Presses universitaires de France, 1960.
6. **Claridge G.** A review of 'twin telepathy: the psychic connection'. European J Parapsychol 2005;20:85-6.
7. **Tabor J, Joseph E.** The simultaneous analysis of a pair of identical twins and the twinning reaction. Psychoanal Study Child 1961;16:275-99.
8. **Shave B, Ciriello J.** Identity and intimacy in twins. New York: Praeger, 1983.
9. **Segal N.** Entwined lives: twins and what they tell us about human behavior. New York: EP Dutton, 1999.
10. **Charlemaine C, Pons JC, Duyme M.** Les jumeaux identiques sont-ils identiques ? Mythes et approches scientifiques. Neuropsychiatr Enfance Adolesc 1998;46:7-19.
11. **Ebeling H, Porkka T, Penninkilampi-Kerola V, Berg E, Järvi, Moilanen I.** Inter-twin relationships and mental health. Twin Res 2003;6:334-43.